よりよい地域をめざして…地域情報紙 買い物や飲食は地元のお店を利用しましょう

シティライフ

2014・12.20 Vol.936

外房長生夷隅版

配布地域／茂原市・長生郡・いすみ市・夷隅郡・勝浦市 【70,000部】

http://www.cl-shop.com

企画・制作／シティライフ株式会社 〒290-0022 市原市西広550 TEL.0436(21)9211 FAX.0436(21)9141

地域で守ろう子どもの安全

次回発行日▶1月1日(元日) 全エリア

シティライフが提供する動画が見られます!▶ この写真をスマホでかざしてね!

きもの館 まるへい

和の心、着物はじめましょう

1回500円 着付教室

●茂原店 毎週日曜日／10:00~11:00 13:00~14:00
●岬本店 毎週土曜日／10:00~11:00
半衿付から二重太鼓まで

茂原店 茂原市茂原117-3 0475-25-2617
岬本店 いすみ市岬町椎木1890 0470-87-2707

子どもと一緒に笑顔になろうよ

長南町子育て自主サークル『ほわほわ』

本当なら外で力いっぱい駆け回りたいところだけど、外は雨。そんな日でもここなら安心。友達とおもちゃを取り合う子、好きな格好ですべり台から滑り降りる子、おもちゃの車に乗って走り回る子など、広い室内で伸び伸びと遊ぶ子どもたち。長南町の育児サークル『ほわほわ』は、毎週水曜日の10時半から11時半まで、長南町幼稚園跡の施設または保健センターで活動している。登録人数は大人30名、未収園児が約35名だが、通常参加しているのはその内の約半数。年会費は300円で、その他長南町更生保護女性会からの支援を受けている。

外遊びと室内遊びの他に、月に1回は講師を招いてのリトミック教室、元小学校教諭による絵本の読み聞かせやテーマ遊びを行っている。年に数回は、町役場の管理栄養士からアドバイスを受けて親子クッキングを行っており、好評だ。11月に実施したクッキングでは「0歳児から3歳児までいるので、離乳食期の子でも食べられるように、例えばリンゴを煮詰めてコンポートにしたものを使用するなど工夫しています。アレルギーのある子がいる場合はそれも考慮します。クリスマスなどのイベント時には、ミルクレープなど見た目が楽しいメニューを心がけています」と管理栄養士の女性。その他季節ごとに、春はお花見、夏は水遊び、秋は芋掘りやハロウィンパーティーで仮装を楽しみ、冬にはクリスマスパーティーを。町の協力でサンタクロースがやってくることもある。

取材当日は母親たちの発案でおやつ作りを実施。メニューは『とうふのホットケーキ』。ホットプレートと材料を用意し、小さなホットケーキを次々と焼いていく。和やかな雰囲気の中、終始、笑顔で子どもに接する母親たち。と思ったら「今日はおいしいものがあるから平和なのです。いつもはもっと大騒ぎですよ」と明るく笑う。なるほど、子どもたちはホットケーキをほおばるのに夢中になっていた。「うちの子は米を食べないから身体が細くて。炭水化物を摂らせようと思い、麺やパンを与えているけれど豆腐入りのホットケーキは栄養もあっていいですね。家でもやってみます」、「うちの朝食はいつも、これにひじきとネギとチーズを入れて焼いているよ」など情報交換の場でもある。

同サークルは、約10年前に子育てしている母親たちが中心となり発足。室内のおもちゃや本は当時の幼稚園が使用していたものや、子どもが成長し、退会したメンバーが寄付したもの。適度に広い室内と庭は子育てするには恵まれた環境だ。役割分担として代表、副代表、会計などがあり、1年ごとに交替する。現在の代表は入会3年目の齊藤聡恵さん。「長南町は子どもの数が少ない上に、地元出身ではなく外から嫁に来たママたちも多い。ママも子どもも友達を作る機会がほとんどないので、こういったサークルは本当にありがたい。イベントの内容を決めるときに、みんなの意見をまとめるのは大変だけれど、やっていてよかったと思うことのほうが断然多いですね」と話す。一番気を配っていることはケガをしないように見張ること。「ある程度の喧嘩は成長過程だととらえて見守っているが、危険な場合もあるので。ママ同士で話に夢中になってしまうこともありますが、たくさんのママの目があるので安心」と笑い。

10時半から11時半が主な活動時間だが、そのあとも弁当を持参してゆっくりと14時くらいまではくつろぐことができる。

入会して1年、1歳の幼児がいる母親は「近くには公園もありません。サークルに入って、自分の子どもと同じくらいの小さい子がいることを初めて知りました。同じ立場の仲間は心強いし、子どもにとっても友達の存在は大きい」と話す。また、「家で2人きりだとどうしてもグズってしまう。ここでたくさん遊ぶとご機嫌になって、夜もよく寝てくれます」といった声も。

長南町に在住の方なら誰でも入会OK。「子どもと家の中にこもっていないで、一歩踏み出してみませんか？」と齊藤さん。仲間に出会ってママが笑顔になれば、子どもも機嫌よく笑顔になるのでは？　（横川）

■長南町保健センター
☎0475・46・3392

ARでシティライフをもっと楽しく!

スマホ専用ARアプリ「モットシティ」を使用して読み込むと、紙面で掲載していない情報が閲覧できます。今すぐチェック!!

詳しくはHPへ!▶ http://www.cl-shop.com/

20年間で1,046万円
年間で52万円の太陽光収入
新モデルハウス公開中!!

SORAGE ソラージュ

20年間で約3,726,250円の太陽光収入!!
「ソラージュ」公開記念キャンペーン
先着10棟限定
太陽光発電システム 5.0kW無償でプレゼント!

プレゼント スタイリッシュな超薄型体組成計ヘルスメーター
ご見学いただき、アンケートにお答えいただいた方に差し上げます。

現地案内図

OPEN／AM10:00~PM6:00

トラストホーム
☎043-295-3101 http://trust-k.net/
〒267-0067 千葉市緑区あすみが丘東1-20-19

年末年始スペシャルキャンペーン 1/31(土)まで

トリートメント
①うるおいツヤトリートメント&マスクパー 通常3,500円+税
＋
②ロレアル ミシックオイル 新商品 通常各3,500円+税
ダメージを補修する「リペア」or 熱刺激から髪を守る「プロテクトクリーム」
①+②のトリートメントコース 通常7,000円+税を
キャンペーンプライス 5,000円+税
ヘッドスパ ミシックオイルスパ 1,000円~+税

12月人気No.1
デザインカット+美髪カラー+潤いトリートメント
6,700円~+税 ※シャンプー・ブロー込み

ゆるふわカール
デザインカット+ニュアンスパーマ
6,200円~+税 ※シャンプー・ブロー込み

・デザインカット 2,700円+税
・酸性保湿矯正 8,500円~+税
・縮毛矯正 7,500円~+税
・根元染め 3,000円+税
・カラーリング 4,000円~+税
オーガニックカラーは+500円+税
・ノーマルパーマ 3,000円~+税
・コスメパーマ 4,000円~+税
・トリートメントパーマ 6,000円+税
有効期限 H27.1月末まで

Hair&Make In grove 年中無休
ご予約優先制
AM10:00~PM8:00
TEL.0475-32-6085

クリスマスキャンペーン!
是非レーザー脱毛の効果をお試しください!
初回のみ デリケートゾーン 無料プレゼント!! 締切迫る!
女性ならどなたでもお申込みいただけます。
ご予約時にシティライフを見たとお伝えください!
平日13時~16時までの施術になります

医療脱毛とは
冷却装置がついているため痛みも殆どなく、皮膚にも安全で短時間で完了します

宗田ビューティースタジオ 2F
MUNETA BEAUTY STUDIO
9:00~18:00
http://www.muneta-bs.com/
クレジットカード可
TEL.0436-24-0303 完全予約制

こでまりの夢
～よい声・よい顔・よい動き～

幼児の情緒が安定しているかをみる目安に、『よい声・よい顔・よい動き』というものがあります。よい声とは、ご機嫌がよいこと。よい顔とは、表情がよいこと。よい動きとは、自主的・意欲的に取り組む姿勢のことです。

反対に情緒が不安定な状態とは、欲求不満で甘える、すねる、泣きわめく、神経質、ヒステリーなどのことで、中には手の付けられない状態になることもあります。「よい声・よい顔・よい動き」で言えば、機嫌が悪く、泣きわめく。やたら甘えてきて、わがままを言い、自分からやろうとしない。ダメだというとすぐすねる。という状態になることです。なぜこのような情緒不安定になってしまうのでしょうか？

ここで間違ってはいけないことは、子どものご機嫌をとるのではない、ということです。子どもの欲求を全部満たすことが情緒を安定させることではありません。また、放任もよくありません。好き勝手のやりたい放題、ほったらかしにされている子どもが、はたして情緒が安定するでしょうか？

情緒の安定は、人格形成をつくる上での土台になるとても重要なものです。泣けば欲求が通ると学習してしまうと、子どもは成長と共にもっと大きな欲求になっていきます。

幼児期には我慢することを教え、家族の役に立つようお手伝いをさせることが大切です。そして、子どもが欲求する前に、何でも大人がやってあげないこと。欲求は言葉で伝えられるよう促してあげましょう。

中嶋 悦子（なかしま えつこ）
1965年生まれ。宮崎県出身。二男二女の母。大網白里市在住。エンカレッジ・ステーション（株）代表取締役社長。NPO法人民間児童館おおきなかぶ理事長。ありんこ親子保育園理事長。エッセイスト。
http://www.en-sta.jp
連絡先 ☎0475-53-3509

クリスマスリースとトトロ

「作っているとクリスマスソングが歌いたくなる」と参加者が楽しそうに話したのは、11月30日、茂原市豊田福祉センターにて開かれた茂原市レクリエーション協会主催『みんなで作ろう　クリスマスリース』教室でのこと。講師を務めたのは同協会会員の斉藤孝子さん㊿とスタッフ7人。小中学生15人を含む60人が参加した。

一人ひとりに用意されたのはクズの蔓でできたリースの土台とリボンやベルなどの小物。「世界にひとつだけのリースを作って下さい」と山口会長が挨拶をして作業はスタート。テーブルの上は生木のスギやヒバの枝、カイガラソウやベニバナなどの各種ドライフラワー、金銀に彩色したハスの実やゲッケイジュの葉などでいっぱい。斉藤さんらが「毎回飽きないように違う自然素材を野山で集める。1カ月以上前から干し、色づけをした」という。

工程はグルーガンと針金で好みの素材を固定するだけ。「毎年しめ縄を作るけど浮物は難しい」と考え込む初参加の男性、持参したウメモドキの実をふんだんに飾るリピーター、綿花を接着しようと悪戦苦闘する男の子などがそれぞれ自由な発想で飾り付けていった。リースを作り終えた子どもたちのために男性スタッフが用意したのはドングリでできたアニメキャラクター『トトロ』と台になる輪切りの端材。物語のワンシーンを思わせる力作が完成し、大人たちを感激させた。

次々に誕生したオリジナル作品。クリスマスには参加者をメルヘンの世界へいざなうことだろう。（秋野）

本格和スイーツ発見
『蕎麦生あんみつ』

4月にオープンした『みのりの郷東金』の農産物直売所で極上の和スイーツを見つけた。農産加工品コーナーで販売されているのはローカロリーで注目される寒天と抗酸化作用のあるルチンを含むソバ茶で作った『蕎麦生あんみつ』。

まずひと口、何もかけずに琥珀色のソバ寒天だけを味わうと寒天独特のホロリと崩れる歯ごたえと共に香ばしいソバの香りが口の中に広がる。とろりとかける黒蜜は水あめなど余計なものを一切加えない、沖縄産の黒砂糖数種類をブレンドした本物の味。副添えの砕いたソバの実をふりかけて口にいれるとツブツブ感の虜になる。さらに甘さを抑えた粒あんとともにいただけばまさに口福。作り手のこだわりが伝わってくる。

手軽に容器のまま食べるのも美味しいが、できればお気に入りの器に盛って、好みの果物やアイスクリームを添えると高級甘味処にひけをとらない贅沢なマイあんみつを楽しめる。

冬は暖かいお部屋でいただくのが小粋な食べ方。何かとお付き合いの増える季節に自然派健康志向の気の利いた手土産として持参すれば喜ばれること間違いなし。お値段は480円と少々張るが至福の味をお裾分けできる。消費期限は生ケーキや上生菓子同様、たった2日。甘味通の間ではすでに評判だ。詳細は『農匠庵』女将のブログにて（秋野）

㈱みのりの郷東金
☎0475・53・3615

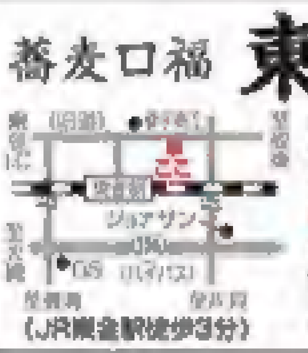
大晦日の縁起物
～年越し蕎麦～

上天ぷら蕎麦

東金旧道沿いの老舗・東京庵は、甘めのつゆとこしの強い風味豊かなそばが評判で、お洒落なお店として女性や家族連れに人気がある。例年盛況の大晦日は、22時まで営業し、夕方からおしるこも振舞われる。昼・夕食時は特に混むので、時間をずらして出掛けるといいだろう。又、家でゆっくり食べたいとお考えの方には「お土産用生そばセット（予約制）」がオススメ。つゆとだしはもちろん、海老天ぷらや薬味等も入り、同封のレシピを参考にすれば東京庵の味が自宅で再現できる。すぐ食べたい方にはゆで麺もおすすめ。

また新店舗の蕎匠庵（あすみが丘）では、大晦日は「年越しそばコース」のみご用意いたします（要予約）。粗挽き手打蕎麦をご賞味ください。

蕎麦口福 東京庵



営11:00～21:30（ラストオーダー）
大晦日ラストオーダー22時00分
定休木曜日
※12/25は営業します
●新年1/7㈬から営業
☎0475-52-3521
（JR東金駅徒歩3分）

15分で得した気分!?
朗読会で色んな本に触れて

11月16日㈰、山武市にある成東文化会館のぎくプラザで朗読グループ『オリーブ』が年2回恒例となっている発表会を行った。2時間半のプログラムの中、第1部に3話・第2部に4話が朗読され、集った約100人の聴衆が耳を傾けた。

北村薫著の『白い朝』や向田邦子著の『職員室』、小泉八雲著の『耳なし芳一の話』や伊集院静著の『風屑』など様々なジャンルが盛り込まれた朗読会では、1話15分聴くだけでまるで1冊の本を読んだかのような読後感を得ることができた。代表の古内恵美子さんは、「現代小説や時代小説、文学小説など色んなジャンルを織り込むことは意識していますが、基本的には朗読する本人が選択しています」と話す。

抑揚のついた台詞、情景が浮かぶ語り口調に聴衆は引きこまれていく。最後のオチが明かされた瞬間、ため息に似た声と拍手が部屋を包み込む場面も。「滑舌もよくて、聴き心地が良かったです。また聴きに来ます」と訪れた人が感想を述べた。

『オリーブ』が結成されたのは2004年、メンバーは8人で活動している。当時の旧山武町では朗読グループがなかったため、社会福祉協議会からの要請を受けて古内さんが立ち上げた。現在は、山武市内の幼稚園や小学校で毎週読み聞かせを行っている他、福祉老人ホームにもボランティアで訪れている。

「子どもたちがお話の日を楽しみにしてくれていたり、『おはよう』と元気よく声をかけてくれるのが嬉しいです。以前老人ホームの方に、朗読CDはあるけれどやはり人の生の声には叶わないと言われたことも心に残っています。老若男女笑顔になってくれます」と古内さん。メンバーは、「シーンによって感情が出てしまうし、アクセントに気をつけなくてはいけないので大変」と話すが、古内さんは「アナウンサーではないので、自分の想いを伝えるほうが大事」と柔らかくほほ笑んだ。

各々が好きな本を選び、熟読し、台詞を拾いながら台本を自作する。頭で読んでいると楽しいのに、声を出してみると違和感を覚えて変更することもある。練習を繰り返し、古内さんに聴いてもらい作品を作り上げる。時間をかけて作られた台本は、多くの人を色んな世界に誘ってくれる。

幼稚園ではメンバーが分担して大型紙芝居を行うこともある。古内さんは、「最近は若い方も時間がなくて本が読めないとよく言います。題名を知っていても内容が分からないという物も多いのではないでしょうか。朗読会をきっかけに、聴いた話を本で読んでみたいなと思ってくれたら」と語っている。活動の多くは山武市内で行っているが、相談次第で出張は可能。大人向けの朗読会は少ないので、ぜひオススメ。次回は来年の5月31日㈰開催を予定している。（松丸）

㈱古内さん
☎080・3411・4479

アリオ市原2F
TOHO CINEMAS TOHOシネマズ市原 シネマ情報

「妖怪ウォッチ」

「バンクーバーの朝日」

「海月姫」

割引サービス
- TOHOシネマズデイ……毎月14日は1,100円！
- シネマイレージデイ（会員限定）……毎週火曜日は1,400円！
- ファーストデイ……毎月1日は1,100円！
- レディースデイ……毎週水曜日は女性1,100円！
- シニア……60歳以上の方は1,100円！
- レイトショー……夜8時以降の上映は1,300円！
- 夫婦50割引 50歳以上の夫婦で同一日時・作品をご鑑賞の場合、2人で2,200円

シティライフ読者プレゼント
TOHOシネマズ市原の無料映画鑑賞券をシティライフ読者10名様へプレゼント！ご希望の方はハガキに郵便番号、住所、氏名、年齢、職業を明記の上、〒290-0022 市原市西広550シティライフ「TOHOシネマズ市原プレゼントSO」係までご応募ください。
●応募締切 12/27㈯到着分まで有効
※当選は発送をもってかえさせていただきます。

贅沢なプレミアムポップコーン新発売!
★プレミアムなポイント★
原材料が違う!!
通常使用している「バタフライタイプ」のコーンではなく「マッシュルームタイプ」のコーンを使用しています。
製法が違う!!
ポップコーンを釜だきの「ケトル製法」ではなく、「エアーポップ製法」でポップし、とろとろに煮詰めたキャラメルソースでコーティングしています。

高級感溢れるポップコーンをぜひご賞味ください!!

いい夫婦の秘訣は喧嘩をすること!?
それよりも大事なのは……

11月23日(日)、山武市のさんぶの森交流センターあららぎ館前広場で『第9回 山武市産業まつり』が開催された。開会式が滞りなく終了すると、壇上に現れたのは2組のご夫婦。市内在住の石井清一さん・松子さんと藤井高徳(たかのり)さん・まゆみさんだ。始まったのは第2回ベストパートナーの表彰式で、4人はそれぞれ推薦者の声から選出された。企画を行った山武市農業共同参画推進会の代表である渡邉和代さんは、「ベストパートナー賞は、全国女性農業経営者会議で例年開催していて、男女が対等なパートナーとして豊かな農山漁村社会を形成していくことを目的としています。山武市でも夫婦で農業を営み、イキイキと地域社会活動に参画している2組をベストパートナーとして決定しました」と語る。受賞のポイントとしては、夫婦が家庭においてともに農業経営に参画していること、妻が積極的に地域活動や社会活動に参画しており、また夫がその活動を理解し応援していることなどが挙げられる。

藤井さんご夫婦はともに40代。結婚して13年が経った。「毎日喧嘩もするけれど、仲良く夫婦を続けていられる秘訣は、お互いに仕事を一生懸命やっていることだと思います」とまゆみさん。藤井さん夫妻は農業経営においても常に苦労を共にしてきた。まゆみさんは高徳さんについて、「常に気遣ってくれる優しい人」と魅力を話した。山武市に移り住んで5年ほど。高徳さんは、「新しく農業を始めるには魅力的な土地です」と続ける。

石井さんご夫婦はともに50代。松子さんが清一さんの魅力を、「一言では語れないほどたくさんある。ただ、イイ喧嘩仲間であることは間違いないです!」と笑顔を見せて話すと、「涙なしでは語れない30年ですよ!」と清一さんも笑った。

2組のご夫婦に共通していたのは、『喧嘩をする』こと。ただ、それはよく会話をし、話し合うということに繋がっている。同じ問題に悩み、解決していくことで家族や夫婦になっていく。そしてもう1つがなにより『気遣う』ことだった。お互いへのメッセージとして伝えたいことは、感謝の想いと健康を願う声。パートナーへ優しさという愛情を示すことも、信頼として形を変えていくのかもしれない。長年、仕事と家庭の両方のパートナーとして過ごしてきた2組の絆は、山武市が誇る農業経営の希望にも見える。

「今の社会では男性だけでなく女性も表へ出ていくことが必要です。ただ、女性が活躍するようになれば、男性の協力も求められます。この企画を通して、その必要性が伝わることを願っています」と渡邉さん。ベストパートナー表彰は来年も開催される予定。

(松丸)

一行広告

有料 1行2,400円(税別) お申込はお早めに
☎0436-21-9311 FAX0436-21-9142

申し込み方法

◆発行日の2週間前までにご連絡ください。
専用申込書をFAXまたは郵送でお送りします。
◆申込書に所定の内容を記入後、ご返送ください。
追って掲載料金等を記載した受注書を発行します。
◆掲載料は前払いなので、受注書を確認されたらお振込ください。掲載紙面は1部ご郵送します。

売ります

●ラブラドゥードルF1b子犬　6万円から　ワクチン1回済、トイレしつけ済、賢い子たちです　自家繁殖にて親・兄弟も見学可　ラブリー・ドゥードル
E-mail：lovelydoodle2014@email.plala.or.jp
●柴犬38,000円から大特価　その他チワワ、ヨーキ、シーズー、コーギー、豆柴等、多数産まれています
アスミブリーディング　☎080-5006-6228

買います

●きもの専門(今昔)　野口染工場　☎0470-83-0136
●ピアノ　滝田　フリーダイヤル0120-00-4210
●金プラチナ商品券　相場・額面の90～98%で
てんとう虫　☎0475-72-9400　大網店　休み不定
0476-36-4388　富里店　043-310-5825　誉田店

生徒募集

●着付教室　毎回10時～11時・13時～14時　1回500円　浴衣から二重太鼓まで　詳しくはお問合せ下さい　きもの館まるへい　茂原店 ☎0475-25-2617
担当：小谷部　岬本店 ☎0470-87-2707担当：飯野
●全日制フリースクール　中学不登校生のための新しい学びの場です　成美学園中等部　☎0475-44-5777

求人

●龍鏡茂原大芝店スタッフ募集　ホール、洗い場800円～　土日できる方歓迎　詳細はお電話にて
☎0475-70-1715
●パート・受付案内及び清掃業務　時給850円～　15時～21時半　週4日程度　通勤手当、雇用・労災保険あり　茂原・免疫岩盤浴館　☎0475-25-8200
●スタッフ募集　ランチスタッフ850円～　ディナースタッフ900円～　詳細はお気軽にお問合せください
フランス割烹・和牛ステーキ　茂原竹田屋
☎0475-27-2013　月曜休み
●スタッフ募集　ホール係900円　週3日以上できる方(1日5時間程度)　交通費支給・食事つき
お気軽にお問合せください　担当/高橋
成東海岸　料理の宿　ニュー太洋　☎0475-84-1129

営業案内

●ピアノのレンタル　シツデン　フリーダイヤル0120-00-4210
●結婚相談　年齢・婚歴不問　相談無料
全国仲人連合会　茂原・斉藤　☎0475-34-9512
●玉川岩盤浴　顔・頭・体スッキリ50分　通常1,200円を初回の方限定500円　9～21時
茂原市千代田町　フリーダイヤル0120-572-005(問合せのみ)

お知らせ

●イベントホールマツオ　新春ダンスパーティ
2015年1月3日(土)　13時～16時半
●大友肇・豊本哲雄　チェロとピアノのコンサート
1／12(祝)　14時開演　ゴーシュ音楽院(長柄町)
大人2,000円、中学生以下1,000円　曲目：バッハ「無伴奏チェロ組曲第1番」、ベートーヴェン「マカベウスのユダ」の主題による12の変奏曲、ほか
☎0475-36-3774
●メモリアルクリスマス・ビュッフェ　12／20(土)～23(祝)　ホテルニューオータニ幕張「ザ・ラウンジ」
チーバくんも登場　ランチ：11時半～・13時半～、大人4,700円、小学生2,300円、4歳以上幼児1,080円　ディナー：18時～・大人6,500円、小学生2,600円、4歳以上幼児1,600円　☎043-299-1847
●教育相談　ニート・不登校・学力不足・ひきこもり
初回無料　要予約　成美学園　☎0475-44-5777

らいふ通信

掲載無料　詳しくはお問い合わせ下さい
☎0436-21-9311　FAX0436-21-9142

申し込み方法

※個人情報や呼びかけなどにご利用ください。
※お申込み　内容を箇条書きにして、住所、氏名、電話番号を明記し、FAXか郵送、メールで
FAX0436-21-9142　メールkiji@cl-shop.com

ペット情報

●子猫差し上げます　生後2カ月　白とベージュとグレーの混じり　耳と尾に黒少し　メス1　トイレ躾済み　茂原・清水　☎0475-24-9790
●柴子犬差し上げます　10／29生　オス4　茶色　両親血統有　室内飼い
長生・O　☎090-2222-2755

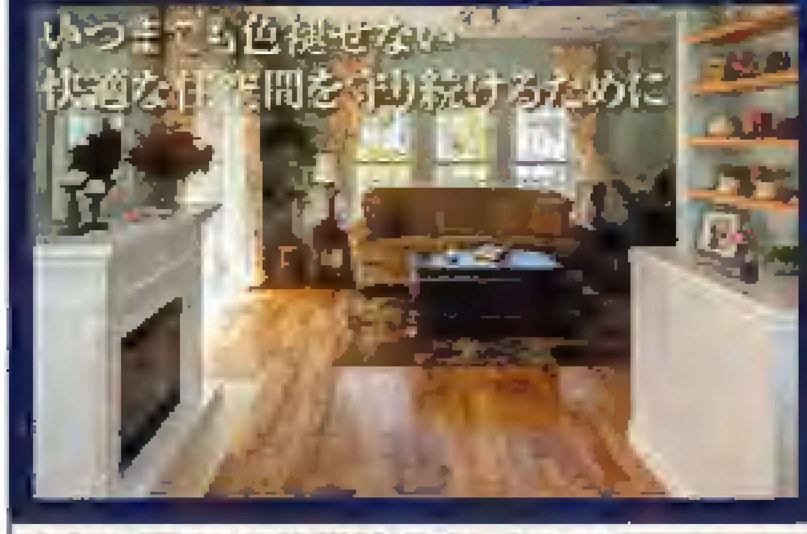
イベント

●座禅・写経の会　12／20・1／31(土)　10時～座禅、14時～写経　弘行寺(睦沢町役場近く)誰でも参加可　300円　道具等はあり　☎0475-44-1250
●なの花書道展　12／22(月)まで　8時半～17時15分　勝浦市役所ロビー
●うちやま友の会ダンスパーティ　12／22(月)　12～16時　K&Dうちやま(茂原)　2,000円、軽食、懇親会あり　☎0475-26-4848
●ガーデン・オープン・チャリティ　12／23(祝)　9時半～15時半　石橋邸(東金)　大人500円、中学生以下無料　数寄屋大工に作られた茶室、名作庭家・中根金作の茶の庭(三重露地)　たて出しによるうす茶と和菓子サービスあり　収益は東日本大震災復興にN.G.Sジャパン・谷口　☎090-9964-8347
http://www.ngs-jp.org/
●クリスマスキャロルを歌おう　12／24(水)　19時～　茂原バプテスト教会　クリスマス・イブのキャンドル礼拝、賛美とメッセージの夕べ　12／21(日)11時～クリスマス礼拝・13時～クリスマス昼食会、1／1(祝)14時～元日礼拝　☎0475-22-8275
●大網白里ウォーキング会　12／27(土)　集合9時45分・小中池公園駐車場　小雨決行　昭和の森～小食土谷津田～矢口神社切り通しなどの歩行約8キロ　200円　飲物、タオル、ウォーキングシューズ他持参　雨でも可　事前申込み不要　上田　☎0475-72-8521
●「犬と猫と人間と」上映会&しゃべり場in千葉　12／27(土)　13～15時・上映、15時半～17時・しゃべり場&アニマルセラピー　参加費：500円、小学生以下無料　殺処分はどうすれば無くなる?皆でしゃべろう　犬とふれあう無料のアニマルセラピー体験あり
主催：動物福祉団体いのち　☎090-8500-9439
●ぐるっと長南「縁起寺・パワースポットめぐり」1／1(祝)～4(日)　9～16時　開運祈願に、スタンプラリー形式で14カ所をめぐる　特別開運グッズプレゼントも
参加無料　長福寿寺　☎0475-46-1837
●蒼原寺(そうげんじ)フリーマーケット　1／3・17(土)　8～13時　茂原市役所近く　車ごと出店：1,300円　初めての方は下見をお願いします
☎090-4950-6193
●谷津田観察会　1／4(日)　9時45分～12時　緑区下大和田谷津田(中野操車場バス停徒歩5分)　冬鳥との出会いを期待して巡ります　参加費：100円　主催：NPOちば環境情報センター　☎043-223-7807
●自然観察やまぼうし・鹿野山から神楽石山　1／14(水)　集合8時・大網駅　雨天翌日　行き帰りにはバスを利用　参加費：200円+バス代2,500円　鴨川市北部にある山　弁当、飲物他持参、ウォーキングシューズで　12／25〆切　上田　☎0475-72-8521
●不妊相談　1／15・3／19(木)　14～16時　長生合同庁舎・長生健康福祉センター(茂原)　相談日の10日前迄に要予約　☎0475-22-5167
●大多喜城マラソン大会　1／25(日)　受付8～8時半　大多喜町B&G海洋センター周辺　1,000m小1・2年男女、1,300m小3・4年男女、2,000m小5・6年男女と中学女子、3,000m中学男子と一般女子、5,000m一般39歳以下(女性OK)、5,000m一般40歳以上(女性OK)　町内在住・在学・在勤者は無料、その他の方は参加費1,000円、高校生以下500円　所定の申込所にて12／23〆切　大多喜町体育協会
☎0470-82-2462

リサイクル

●譲ります　TESCOMTF170　FOOTMASSAGER　3,000円　美品です
大網白里・浅野　☎0475-72-3270
●譲ります　美品・ほぼ未使用　ベビーベッド白5,000円　バウンサー2,000円　すべり台・歩行器無料
引き取りに来られる方
大網白里・富澤　☎090-2496-8834

（雨天決行）
完成見学会開催
12月20日(土)・21日(日) AM10:00～PM16:30
ご来場プレゼントあり!
会場案内図
会場：いすみ市岬町和泉2015-2
建物:36.7坪(4SLDK) 土地:123坪
一般建設業許可 千葉県知事許可(特-24)第13800号
株式会社 東昭建設 千葉県いすみ市日在2133-2 ☎(代)0470-63-0681 URL http://toshokensetsu.net
株式会社 東昭開発 千葉県いすみ市日在2133-2 ☎(代)0470-63-1580 URL http://toshok.jp


超高断熱・超高耐震 2×6＋制震システム
グレードアップフェア 2015～2/28SAT
Grade up fair
期間中ご成約の方にうれしい特典付き!
フェア特典（限定100棟）
2×6＋制震システム（GTSウォール）
&24時間熱交換型換気システム
遮熱高断熱複層ガラス
さらに選べる豪華特典をプラス!
選べる特典 トリプルガラス（グレードアップ差額）最大40万円
選べる特典 家1棟分のLED照明器具（プレゼント）40万円相当
選べる特典 太陽光発電設置特典（建築資金サポート）最大40万円
GLホーム 茂原店 ☎0475-27-7771
URL http://www.glmobara.jp
正社員急募!! 営業／現場管理／事務 まずはお気軽にお電話ください

楽しく歩いて大多喜の魅力を再発見

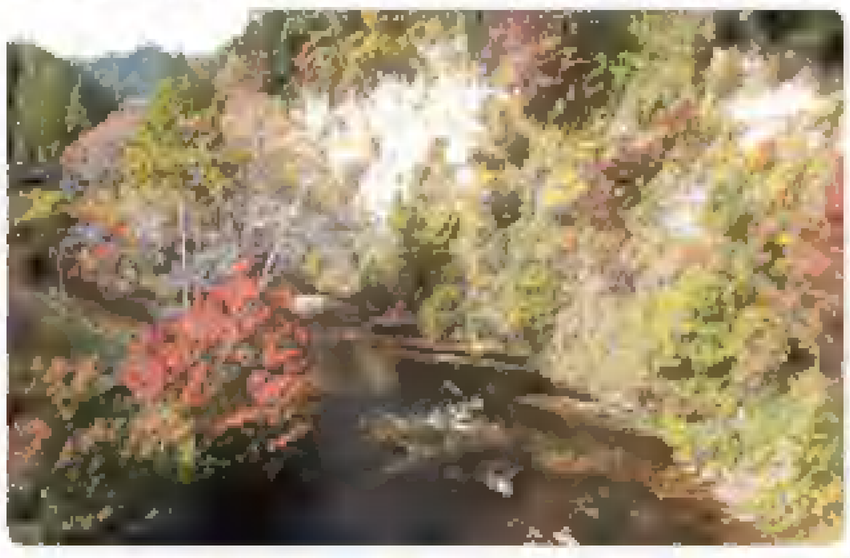
11月17日、大多喜町老川地区で大多喜町役場健康福祉課主催の『おおたきウオーク』が行われた。健康増進と、素敵な散歩道があることを地域の住民に知ってもらいたいという趣旨のもと、26名の参加者は葛藤集落センター1周辺4、5キロのコースを約1時間かけて歩いた。紅葉にはまだ早かったが、当日は暖かく穏やかな天候で絶好のウオーキング日和だった。参加者たちは楽しくおしゃべりをしたり景色を見たり、それぞれのペースでウオーキングを楽しんだ。

ラジオ体操とストレッチを行ったあと、同センターを出発。民家や畑脇の長閑な道を通り、小田代から葛藤に向かう旧道を進んだ。カーブの多いアスファルトの道だったが車の通行も少なく、安心して歩くことができた。空気の澄んだ山間の道を通り、葛藤トンネルと小田代トンネルを抜け、老川十字路の交差点を右折、465号沿いの歩道へ。トンネル内では「あーっ」と童心に帰ったように声を響かせてはしゃぐ参加者の姿も見られた。秋晴れの青空に、遠くに見える山の線がくっきりと映えていた。

朱塗りの老川橋を渡ったら、麻綿原天拝園へと続く坂を上ってひと休憩。汗ばんできていたので、両脇の高い樹々が作る木陰が心地よかった。見上げると柿の木があり、「渋柿だろうね。干し柿にするとおいしいよね」と会話もはずむ。緑の中にわずかに見られる紅葉も、また趣がある。同じ道を引き返して帰途へ。養老川に架かった奥養老橋からは、そびえ立つ渓谷と、ちらほらと紅葉の混じった秋の景色を見ることができた。

同センターに戻ると、食生活改善推進員による、減塩を意識した「鮭と大根の和風スープ」が振る舞われた。「運動後は栄養の吸収がとてもいい。カルシウムをしっかり取って骨粗鬆症を予防しましょうね。お好みで山椒をふりかけると抑えた塩分をカバーできますよ」と同推進員の女性。「胃に優しい味。おいしいです」と参加者は笑顔を浮かべた。

参加者の中には、普段から筋トレに励んでいるという、ピンと伸びた背筋が美しい79歳の女性も。「健康のために、時々イベントに参加して歩いています。たまに歩くだけでも身体の調子が違う。気持ちよかった」とまた別の女性。整理体操後、イベントは終了したが、数人の参加者は弁当を持参しており「午後もウオーキングを楽しみます」と笑った。（端川）



大好評につき期間延長! ダブルブランド祭
期間メニュー4品がクーポンで300円引
旬 とん膳オリジナルブランド霜ふり豚＆地鶏水郷赤どり
霜ふり豚ロースかつとかきフライ膳 1,780円(+税)→1,480円(+税)
地鶏水郷赤どりとかきフライ膳 1,480円(+税)→1,180円(+税)
霜ふり豚ロースかつと地鶏水郷赤どり膳 1,680円(+税)→1,380円(+税)
こだわりとんかつ とん膳 茂原店 ☎0475-27-5855
とん膳特別サービス券 期間メニュー全4品 300円引
とん膳特別サービス券 期間メニュー全4品 300円引
とん膳特別サービス券 黒蜜きなこのいも餅アイス 無料券

お客様の声から、新しく誕生したお店です。美容室「キッカ」
CHICCA 9/26 NEW OPEN
いつもいつまでも髪々で似合う、手入れのしやすいヘアスタイルを、手軽な価格とスピーディーな仕事をとおし、あなたのキレイを応援します。
特典1 初めて当店をご利用の方、もしくは半年以上ご来店のない方 限定
下記セットメニュー ¥8,800を ¥7,800（税別）で施術致します。
リフレッシュトリートメントコース ¥8,800（税別）
Wコラーゲンホイップ
アミノ酸ケア
キッカ茂原店 TEL.0475-36-3375
http://hair-do.co.jp
CHICCA

編集後記

シティライフでは、読者の皆様が取り上げてほしい情報や地域で活躍する方々を掲載したいと考えています。自薦・他薦問いません。老若男女問わず。但し、営業につながるものは不可です。随時、募集しています。メールかファックスでご連絡を。※電話では受付しません。

同時に、サークルとまではいかないけれど、何か一緒にやる仲間や友達がほしいという募集も受け付けます。宛先は『仲間・友達募集』。必ず、氏名と年齢、住所、電話番号、メールアドレス（あれば）を書いてください。紙面に掲載の折に連絡方法はメールか電話か手紙か、もしくは全部か、ご希望も書いておいてくださいね。このコーナーは匿名やペンネームは当事者同士で連絡をとっていただくため不可です。電話番号はこちらから確認の連絡をするため必要なので、書かれていないものは掲載できません。

宛先 〒290-0022
市原市西広550
シティライフ
FAX0436・21・9142
メールは cshida@cl-shop.com

上総国一ノ宮 玉前神社提供 読者投稿 お好きに川柳〈第130回〉

◆お題「美」

一席
一心に生きて美し皺や染み
大網白里市 安延春彦

●ギリギリの美容体操ギックリ腰
茂原市 時女礼子

●古女房正月だけは惚れなおす
大網白里市 三日市晴

●美酒といえ下戸にとっては医薬品
大網白里市 鋼矢収二

●美味しさの前にメタボの踏絵あり
白子町 佐川浩晴

●美辞麗句並べ本音がソッポ向く
茂原市 近藤賢一

●待たされし息子の嫁は美の女神
大網白里市 渡辺光恵

【賞品】
一席の方には、玉前神社様より2千円分の図書カードをプレゼント
【応募方法】
ハガキかFAX、メールで、〒番号、住所、氏名（希望の方はペンネームも）、年齢、電話番号を明記の上、〒290-0022 市原市西広550 シティライフ「川柳」係まで。
1/5(月)〆切
FAX0436-21-9142 kiji@cl-shop.com
次回・お題は「のびる」です

ご祈寿
毎日9時～16時の間いつでもお受けしています
〈玉前神社〉
TEL.0475-42-2711

今年もきれいにシンビジュームが咲きました。
吉原洋らん園
営8:00～18:00
休年内無休(通常不定休)
長生郡白子町剃金2636
☎0475-33-6855
携帯 090-8772-1997
入園無料 価格1,500円～